

## IV dalis

### METAS RAMYBEI!

Na ką gi, pradedam! Laukti ir laukti kažko, kol dangus nugiedrės, kol bus laiko, kol vaikai užaugs, kol biznis susitvarkys, kol studijas baigsite...laikas pabėgs, jo nesustabdysite. Jį reikia stabdyti sąmoningai ir ryžtingai. Laikas slidus, apgavikiškas, viliūgiškas ir netikras. O mums reikia Tikrumo. Naktis meditacijai netinka. Naktį reikia miegoti, o štai ankstyvas rytas, kai saulė jau ketina keltis iš patalų – pats metas. Linkiu sėkmingo starto. Kantrybės. Nusiteikimo niekada nemesti Kelio dėl takelio. Meditacija – tikras turtas. Kol bažnyčia mūsų to nemoko, mokykimės patys. Aš mokiausi, kaip rašiau, iš Ošo kygų. Man labai patikto jo knyga „Psichologijos ezoterika“ \*(Ošo „ezoteriką“ šiek tiek pašaipiai vadino „egzotika“). Aš negaliu tų knygų išversti, tai parengiau trumpą anotaciją.

**Kažkas iš Meistro mokinių paklausė, kame meditacijos paslaptis?** Ošo atsako, kad meditacija nėra indiškas metodas, tai yra „augimas“, viso jūsų gyvenimo proceso augimas, per visą jūsų gyvenimą, reikia augti meditacijos link. Mylimi Ošo žodžiai, kuriuos jis nuolat kartoja, kad meditacija yra „asmenybės žydėjimas“. Tie žodžiai yra „užkoduoti“ ir nepabandžius medituoti neįmanoma nieko suprasti. Mūsų protas, įspėja Ošo, nėra meditacinis, todėl prieš medituojant protą reikia *visiškai pakeisti*. Ir čia prasideda visi sunkumai. Kaip pakeisti protą? Kas per nesąmonė? Pirmiausia reikia žinoti, kad protas kuria mintis, t.y. nuolat verbalizuoja. Protas geba bet kokią reiškinį paversti žodžiais ir būtent tie žodžiai tampa kliūtimi, kalėjimu. Ošo tvirtina, kad nuolatinis objektų ir *egzistencijos vertimas į žodžius* yra kliūtis meditaciniam protui.

Todėl pirmiausia būtina sąlyga *protą sustabdyti*. Tiesiog žiūrėkime į objektus, bet jų neįvardinkite. Treniruokimės. Tegul daiktai egzistuoja, tegul žmonės egzistuoja, bet nevadinkime daiktų, žmonių, reiškinių jokiais žodžiais ir ne pridėkime prie to, ką matome savo emocijų. Tai visiškai įmanoma, tai natūralu. Aš suprantu, kad dabartinė žmogaus būseną yra nenatūrali, mes taip įpratome prie jos, kad visus pojūčius nuolat įvardijame žodžiais. Pilame juos ir tiek. O reiktų nutilti.

Nesakyti „man gera“, kai esi prie mylimojo, o tiesiog pajauti buvimo jausmą. Be žodžių. Kai esi įsimylėjęs, jauti buvimą, o ne žodį. „Jei įsimylėjėliai netyli, – pastebi Ošo, vadinasi, meilė mirusi. Ir tada tuštumą jie užpildo žodžiais. Kai meilė gyva, nėra žodžių, nes pati meilės egzistencija yra tokia visa apimanti ir viską sutraukianti, kad nebelieka žodžių.

Ošo nedraudžia kalbėti: „Kai egzistuojate kaip socialinė būtybė, jums reikia kalbėti, bet kai esate vieni su egzistencija, turite sugebėti kalbą išjungti. Jei nežinote, *kaip* ją išjungti, kalba vis įsijungia ir įsijungia, – tampate bejėgiais, tampate vergais“. Kai protas yra šeimininkas, sukuriamą nemeditacinę būseną. Ir priešingai, kai esate šeimininkas, jūsų būseną tampa

meditacine. Meditacija vyksta tada, kai tampate savo proto šeimininkais. Štai ir visa paslaptis.

Iš tiesų, gyvenimas visada naujas, o žodžiai visada seni, tie patys. Per juos mes pabėgame nuo gyvenimo, nuo egzistencijos. „Išsilavinęs teologas, – juokauja Meistras, yra visiškai miręs, nes jis nieko daugiau nedaro – tik kalba ir kalba“.

Kadangi Ošo buvo filosofas, dažnai cituoja Vakarų mąstytojus: „Sartre‘as savo autobiografinę knygą pavadino „Žodžiai“. Mes gyvename žodžiais. Tai yra, mes negyvename. Dėl to kaupiasi tik žodžiai ir nieko daugiau. Žodžiai kaip nuotraukos. Pamatai kažką gyvo ir nufotografuoti. Fotografija mirusi. Tada mirusias nuotraukas sudedate į albumą. Žmogus, negyvenęs meditacijoje, yra tarsi miręs albumas. Jame liko tik žodiniai momentiniai vaizdai, tik prisiminimai. Nieko gyvo, viskas tik kalba“.

Ošo sako, kad meditacija – tai gyvenimas tyloje. Tyla nėra sąmonės praradimas. Pats Ošo kiekvieną laisvą minutę išnaudodavo meditacijai. Jis nepripažino mantrų, kurios gali „užhipnotizuoti“, nes žodžių kartojimas gali sukelti nuobodulį ir protas tiesiog užmigs. Jei visą laiką dainuosite „Ram-Ram-Ram“, jūsų protas užmigs. Kalbos barjeras išnyks, bet jūs tapsite nesąmoningi. O reikia būti SĄMONINGU tyloje. Autohipnozė nėra meditacija, tokioje būsenoje galima tik regresuoti.

Ošo ragina patyrinėti save, pajusti savo psichiką. Kuo tylesni tapsite – tuo sąmoningesni būsite, tuo geriau įžvelgsite skirtumą tarp patirties ir žodžių. Tarp dviejų žodžių visada yra tarpas, kad ir koks mažas jis būtų. Kitaip būtų ne du žodžiai, o vienas. Svarbiausia yra tarpai...ne tik tarp žodžių, bet ir tarp įkvėpimo ir iškvėpimo. Kai nekvėpuoji – negali mąstyti. Tame tarpe yra tyla. Kuo sąmoningesnis būsite, tuo lėtesnis taps ir protas. **Jei susikoncentruosite į intervalus tarp įkvėpimo ir iškvėpimo, į tarpus tarp žodžių, mintys ir žodžiai išnyks, būsite įmesti į meditaciją.**

Atminkite, kad jūs turite tapti savęs stebėtojais, o žodžiai yra stebėjimo objektas. Kai nėra žodžių, virstate intervalu, bet žinote, kad esate egzistencinėje situacijoje. Štai kas yra meditacija, – būti viename su egzistencija, būti totaliai joje ir tuo pačiu būti sąmoningu.

Supratimas apie tylą ateis su patirtimi. Jei nesistengsite stabdyti žodžių, nepajausite tylos. Supratimo negalima perteikti. Nei aš, nei joks meistras negali jums duoti *savo supratimo*. Aš galiu jums tai pasakoti, Ošo gali pasakoti, bet dirbti ir patirti galite tik jūs patys. Štai tada įvyks „**susitikimas su dieviškumu, susitikimas su egzistencija**“, – sako Ošo.

Kai toks susidūrimas įvyksta, nuo jo nebėkite. Būkite su juo. Iš pradžių bus baisu. Taip ir turi būti. Kai susiduriame su nežinomybe, kyla baimė, nes mums nežinomybė primena mirtį. Todėl **kiekviename intervale pajusite mirties artėjimą. Tada mirkite!** (Ošo mėgsta gąsdinti) Kai būsite tokioje būsenoje – numirkite. Ir būsite prikeltas. Tyloje išgyvendamas savo mirtį, atgimsite gyvenimui. Patikėkite, kad šie žodžiai yra tiesa ir nebijokite tiesos.

Dar Ošo pataria būti ieškotoju, bet netapti mokiniu. Netapti jokio guru mokiniu. Dvasinis mokymas kyla ne iš žodžių, o iš visur supančios tylos. Net turgaus aikštėje, minioje, tarp žmonių ieškokite tylos, ieškokite tylos tarpų viduje ir išorėje, ir vieną dieną atsidursite meditacijoje. Šitais Ošo patarimais patikėjau tada, kai dar nieko nežinojau apie meditaciją ir turiu pasakyti, kad man tai buvo kelio atradimas. Pamėginkite ir jūs. Meditacija ateis pas jus pati, jos negalima atvesti. Būkite jai atviri, pasiekiami. **Meditacija ateis kaip taip, kaip atėjo pas Budą, ji atėjo pas Jėzų, ji atėjo pas kiekvieną, kuris yra pasiruošęs, atviras ir ieškantis. Tačiau nesimokykite to iš žodžių, nes būsite apgauti. Protas visada ieško kažko lengvo. Tai tampa išnaudojimo šaltiniu. Tada atsiranda guru ir užnuodytas dvasinis gyvenimas. Pavojingiausias žmogus yra tas, kuris išnaudoja dvasinius ieškotojus. Jei kas nors tave apiplėšia, tai nėra taip rimta, bet „jei kažkas nužudo arba sustabdo tavo meditacijas, dieviškumą, ekstazės troškimą, tai yra nuodėmė, didelė ir neatleistina“, – stiprūs ir teisingi Ošo žodžiai. „Klaidžiok tamsoje, jei nieko daugiau negali padaryti. Pačios klaidos tave atves į supratimą, kuris išves iš tamsos. Jėzus pasakė: „Tiesa yra laisvė“. Suprask šią laisvę. Tiesa visada ateina per supratimą“.**

Kai tu išnyksti tyloje, – tavęs nebėra ir tu medituoji. Kai esi „nuskendęs“ savo „bedugnėje“, meditacija yra, tada ego nebelieka. Tada yra Gyvenimas. **„Štai ką religijoje reiškia Dievas: Aukščiausioji Būtybė. Tai yra visų religinių ieškojimų esmė, tačiau jos niekur negalima rasti išbaigto formoje, atminkite tai, jei kas nors tai neigia. Eik paskui savo jausmą ir nebijok nesėkmių. Pripažink nesėkmes, bet nekartok tų pačių klaidų. Užtenka vienos klaidos. Žmogui, kuris ir toliau klysta ieškodamas tiesos, visada atleidžiama. Tai pažadas iš pačių egzistencijos gelmių“. Ošo čia kalba kaip Kristus. Ar ne?**

Aš tik perpasakoju Ošo mintis su savo intarpais, o skaityti reikia pačiam, įsiklausant į kiekvieną žodį, priimant jį į širdį ir protą. Tada bus rezultatas.

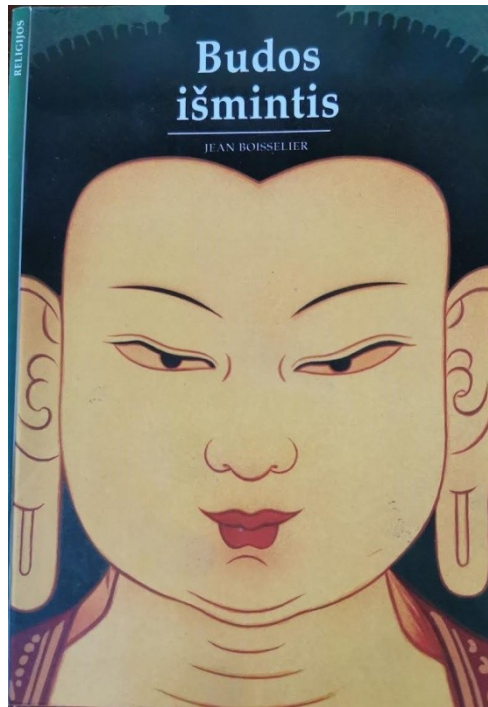
.....

\*Rekomenduoju paskaityti visą knygą - Ошо Раджниш. „Психология эзотерики“, psylib.org.ua.

## PASKUTINIAI BUDOS ŽODŽIAI

**„Visa, kas sukurta, yra laikina, atkakliai darbuokitės savo pačių išsigelbėjimui“.**

Tuose žodžiuose visa budizmo filosofija, nuostabiai tinkanti bet kokios religijos atstovui. Juos atradau vieno prancūzo, humanitarinių mokslų ir indologijos studijų daktaro, Jeano Boissellier mažutėje gausiai iliustruotoje knygelėje „Budos išmintis“. J. Boissellier, pasitelkęs istoriją ir legendą, pasakoja apie gyvenimą To, kuris panoro išvaduoti žmones iš kančios ir kurio doktrina šiandien apšviečia beveik pusę žmonijos.



VI–V amžiuje pr. Kr., kai pasirodo Buda ir išplinta jo religija, intensyvi dvasinė veikla jau virė didžiuliame plote – nuo Graikijos iki Kinijos. Indijoje minties bruzdėjimas prasidėjo dar anksčiau: II tūkstantmečio pr. Kr. pradžioje svarstymai apie kosmoso sandarą, savęs pažinimą ir gyvybės tapsmą iškilo į pirmą planą. VIa. pr.Kr. princas, kilęs iš Šiaurės Indijos, palikęs savo tėvus ir turtus, siekdamas surasti atsakymą į visuotinę kentėjimo ir mirties mįslę, Sidharta Gautama tapo Nubudusiuoju, Buda, Palaimintuoju, kuris atnešė Gerąjį Mokymą milijonams žmonių. Jis tapo religijos, kuri per du su puse tūkstantmečio prisitaikė prie tautų, vietovių, kultūrų ir klimatų, pradininkas. J. Boisselier pasakoja apie paskutines Budos dienas žemėje: „Žinodamas, kad jau artėja pabaiga, jis kiek įmanydamas stengiasi skleisti Mokymą, patarti vieniems ir kitiems, ypač Bendruomenei, kuri netrukus neteks savo vadovo...Buda sakė:

**„Aš jau tapau paliegusiu seniu; jau priėjau kelio galą...būkite patys sau gelbėtojai; te nebūna jums kito švyturio ir kito prieglobsčio kaip Mokymas“.**

**Tas Mokymas rodė kelią į vidinį nušvitimą.**

## **AISTRŲ TRAMDYMAS, ATSIRIBOJIMAS, IŠMINTINGI DARBAI**

Grįžkime vėl prie Oldoso Hakslio. Nors jis pristatomas kaip anglų rašytojas fantastas, bet man jo knygos į fantastiką nepanašios. Jo knyga „Amžinoji Filosofija“ pilna išminties, tikėjimo Dievu ir kritiško žvilgsnio į žmonių ydas. Mąstytojas atkreipia mūsų dėmesį į stabmeldystės apraiškas, kurių mes dažnai ir nepastebime. Jis bene pirmasis pastebėjo, kad civilizuotame pasaulyje kultūra tampa stabmeldystės objektu. Mąstytojas klausia: „Jūs, matyt, vis dar įsitikinę, kad kultūra išgelbės pasaulį? Neišgelbės! Ne! Jokie vangogai ir rafaeliai, jokių bethovenų ar mocartų muzika mūsų neišgelbės, jokios gražiausios gotikinės bažnyčios ar ikonos, – neišgelbės. Nereikia savęs

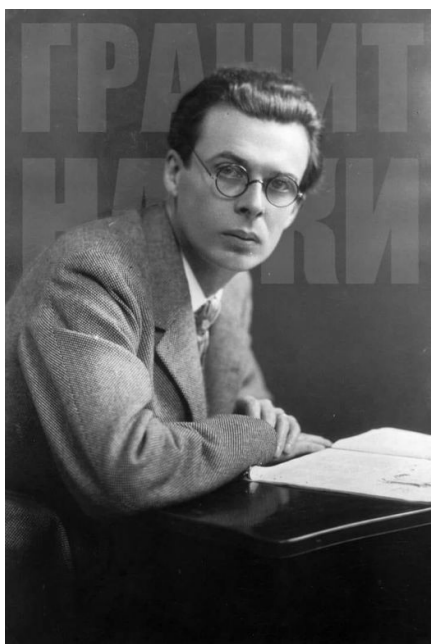
**apgaudinėti. Tegu kultūra lieka, – ji suteikia daug džiaugsmo kuriančiajai sielai ir meno vartotojams. Bet tai ne stabas garbinimui“. Argi ne tiesa?**

O juk tiesa, kad Dievas mums rekomenduoja žavėtis savo *meniniais kūriniais*, kurių pilna aplinkui. Dievas stebi mūsų širdis. Mes ir patys – *Jo meniniai kūriniai*. Kaip gali būti kitaip? Jo Šviesa mus peršviečia lyg rentgeno spinduliai: kiekvieną mūsų kūno skaidulą, kiekvieną mūsų emociją. O kas Jis mums? Tas Dievas? Labai artimas ir mylimas? Jis reikalingas tik kai kada: kai yra laiko, kai kažkas nutinka, kai kažko negera...Jūs patys puikiai žinote, kaip ir kiek mylite Jį, savo Viešpatį, savo Artimąjį. Veidmainiauti neverta. Esame nuogi prieš Jį. Santykis su Dievu – ne religija. Apie tai savo knygoje kalba O. Hakselis.

O. Hakselis pastebi, kad žmogus linkęs *prie ko nors, kas jam patinka*, prisirišti. Patys to nepastebėdami, lengvai įkrentame į stabmeldystes. Nekritiškai vertindami savo kasdienius „ritualus“, potraukius, įpročius, gyvename kaip "kareiviai"...O reiktų savo dienas pajvairinti naujais įspūdžiais. Pavyzdžiui, nueiti į vaikų teatrą, pasiplaukioti baidare Nerimi per visą Vilnių, pasėdėti kokios nors aikštės nuošalėje ir tiesiog stebėti žmonių "skruzdėlyną" su juo nesusitapatinant, užsukti į "svetimos" religijos bažnyčią...ir t.t. Pamatysite, kiek daug šviežių emocijų patirsite ir praturtėsite. Tik neužsiciklinkite prie savo kasdinių „ritualų“: kavučių, pietavimo nustatytu laiku, parodų centro lankymo...

„Žmogus, kuris siekia tapti menininku, filosofu ar mokslininku, dažnai renkasi skurdo ir mažai apmokamo sunkaus darbo gyvenimą“, – šventa tiesa, ar ne? Tačiau tai jokių būdu ne vienintelis išbandymas, kuriam jis pasišvenčia, – pastebi mąstytojas. Menininkas turi atsisakyti visiems įprasto polinkio žvelgti į dalykus savanaudiškai ir utilitariškai. Filosofas skeptikas turi pažaboti savo sveiką protą, o tyrinėtojas – atkakliai kovoti su pagunda mąstyti standartiškai ir supaprastintai, kad išmoktų klusniai siekti Paslaptingosios Minties. Tai, kas tinka kūrėjams, galioja ir jų darbo vaisių vartotojams. Iš tiesų, mes sekame paskui menininką, kai esame parodoje prilimpame prie kokio nors garsaus tapytojo paveikslo. Norime pasijausti dideliais meno žinovais. O tampame snobais.

Hakselis kviečia prisiminti Sokratą, kuris *sutramdė savo protą ir išgėrė*, įrodydamas savo teisingumą, *nuodų taurę*, kurią jam pasiūlė savo aistrų netramdę bendrapiliečiai.



Aldous Leonard Huxley

Oldosas prisimena didvyriškas Galilėjaus ir jo amžininkų pastangas prieš aristoteliškas klišes, apie tokias pat didvyriškas pastangas, kurių dabar reikalaujama iš bet kurio mokslininko, įsitikinusio, kad visatoje yra kai kas daugiau nei tai, kas buvo atrasta remiantis Dekarto receptais. „Toks aistrų suvaldymas apdovanojamas tam tikra sąmonės būseną, kuri beveik tolygi dvasinio grožio pajautai. Menininkas, o filosofas ir mokslininkas taip pat, yra menininkai, pažįsta estetiškos kontempliacijos, atradimo ir suvokimo palaimą. Intelektinio, emocinio ir vaizduotės darbo vaisiai yra tikrieji vaisiai; bet jie nėra absoliutus gėris, ir jei vertinsime juos kaip savaiminį tikslą, pateksime į stabmeldystę. Pajungti kūrybai valią, troškimą ir triūsą – dar ne viskas; reikia pajungti pažinimą, mąstymą, jausmus ir vaizduotę“, – apibendrina Oldosas.

O. Hakselis primena, kad „žodis „kultūra“ yra vokiškas ir rašomas raide „K“ (Kultur), Pirmojo pasaulinio karo metais jis sulaukė pašaipios paniekos. Dabar viskas pasikeitė. Rusijoje literatūra, dailė ir mokslas tapo nauja humanistine šventąja Trejybe. Tačiau Sovietų Sąjunga nėra vienintelė šalis, kurioje egzistuoja Kultūros kultas. Dauguma intelektualų kapitalistinėse demokratijose taip pat meldžiasi kultūrai. Protingi, vandenį ir ugnį įveikę žurnalistai, apie viską rašantys su tam tikru cinizmu, viską žinantys apie Dievą, Žmogų ir Visatą ir kiaurai peržvelgiantys absurdišką pasaulio beprasmybę, tiesiogine prasme alpsta iš džiaugsmo, kai kalba eina apie kultūrą. Su entuziazmu, kuris kai kada atrodo tiesiog juokingai, jie kviečia mus dalintis savo *grynai religiniu požiūriu į Aukštąjį Meną*, kurį reprezentuoja naujausi sienų tapybos pavyzdžiai. Jie tikina žiūrovus, kad kol kokia nors ponia X rašo savo nepakartojamus romanus, o ponas Igrekas – kritinius straipsnius, pasaulis ir toliau lieka protingai surėdytas, nepaisant akivaizdžių tai paneigiančių ženklų. Tas pats pernelyg entuziastingas požiūris į Kultūrą, tas pats tikėjimas, kad Taikomoji Dailė ir Literatūra yra savitiksliai ir gali klestėti izoliuotai nuo protingos ir tikroviškos gyvenimo filosofijos, – prasiskverbė net į mokyklas ir universitetus. Tarp „progresyviai“ mąstančių pedagogų yra tokių, kurie ko gero tiki, kad viskas bus gerai, kol paaugliams bus suteikta galimybė „išreikšti save“, o maži vaikai bus skatinami „kūrybai“ dailės būreliuose. **Bet, deja, plastilinas ir saviraiška neišspręs ugdymo problemų. Iš tiesų, kai suvoki, kiek daug kultūros mus supa, ir kaip mažai jos patiriame savo gyvenime betarpiškai, kaip nuožmiai į visus santykius braunasi chamizmas, – kalbėti apie kultūros ir meno poveikį sielai, neverta. Gydančiojo sielai poveikio neturi nei technologijos, nei „Šimto geriausių knygų“ serija, - priduria Hakselis. Beje, tokia stipri švietimo kritika buvo išsakyta prieš daugiau nei du su puse šimtmečio, bet šiandien ji tokia pat aktuali. Autoriaus skepticizmas aukštinamos kultūros atžvilgiu, smarkiai žeidė snobų širdis ir gydė visuomenę.**

Bet yra ir kitoks požiūris į laimę, kurios visi siekia: „Laimingas bus tas, kuris, atsiribojęs nuo visokių vaizdinių, sutelks dėmesį į save ir nukreips mintis į Dievą, galiausiai paliks ir pamirš visa, kas tam trukdo. Tik tokiu būdu, savo nuogomis, tyromis, paprastomis emocijomis ir protu jis, savo viduje, sieks sąlyčio su tyriausiu ir artimiausiu objektu – Dievu. Todėl žinokite, kad visas jūsų santykis su Dievu priklauso tik nuo jūsų proto, emocijų svarumo ir valios. Iš tiesų, šio santykio negali palaikyti jokie kūno organai ar išoriniai veiksniai. Jį galima patirti tik per tai, kas sudaro žmogaus esmę – per suvokimą ir meilę. Todėl, jei trokštate greito ir saugaus kelio į tikrąją palaimą, švarinkite, nuoširdžiai susikaupe, savo širdį ir protą. Pridėkite prie viso to visišką ramybę ir jausmų pusiausvyrą, nukreipkite savo širdies impulsus į viršų. Dirbkite nuolankiai tik širdimi ir, likę tvirti ir nepasiekiami jokioms tuščioms fantazijoms, galėsite tvirčiau **įsikibti į Dievą savyje**, – taip tvirtai, tarsi siela jau būtų įžengusi į amžinąją „dabar“ – tai yra į dieviškumo būseną“.

Tai iš tiesų nuostabios mintys iš dvasinės patirties, kuria dalinasi autorius. „**Pakilti pas Dievą – reiškia įeiti į save**“, – taip gali kalbėti nebent gnostikas. Haksliis teigia, kad tas, kuris įeina į save ir pakyla virš savęs, pakyla pas Dievą. Todėl protas turi pakilti virš savęs ir pasakyti:

„Tas, kuris stovi aukščiau visko, ...yra aukščiau visko, ką „aš žinau“. Pasinerdamas į tylą, į šį visapusišką gėrį, protas išmoksta nurimti ir su visa aistra įsikibęs į aukščiausią savyje esantį gėrį, amžinai jame įsitvirtinti. „Tęskite šią dvasinę kelionę, kad taptumėt tvirti ir giliai pažintumėte tikrąjį gyvenimą, kuris yra pats Dievas. Ir tada jūs gyvensite ramiai, nejausdami laiko ir erdvės kismo, tyliose dieviškumo sferose, paslėptose nuo pašalinių akių, – cituoja Haksliis Albertą Didįjį. Ar tai nepanašu į krikščioniškos meditacijos paskaitą? Man – labai panašu. Vadinasi, buvimas Dievuje yra aukščiau už paveikslų kontempliaciją parodų salėse.

.....

\* Citatos verstos iš Oldoso Hakslio knygos „Amžinoji Filosofija“ šeštojo skyriaus rusiškojo leidinio. Susirasite tą knygą internete. Gaila, kad šio autoriaus vertimų į lietuvių kalbą nėra.

## **EVOLIUCIJA IR MES\***

**Dabar, kai pasaulis įklimpęs į karus ir prieštaravimus, daug kam kyla mintis, kur juda žmonija? Kodėl ji neprogresuoja? Ošo mintys apie mūsų dvasinę būklę ir evoliuciją labai svarbios ir pamokančios. Ošo teigia, kad už savo sielos evoliuciją atsakingi esame tik mes patys. Ne Dievas danguje ir ne kaimynas. Tik mes patys atsakingi už savo elgesio padarinius. Vystymasis vyksta arba nyksta, žmogus degraduoja arba dvasiškai kyla, – tai priklauso nuo paties žmogaus. Niekam mūsų evoliucija nerūpi. Evoliucija – tai asmeninis rūpestis. Žinoma, bažnyčia turėtų mums padėti. Apie tai – vėliau. Ošo kaip visada atsakinėja į savo sekėjų klausimus.**

**„Kartais sakoma, kad evoliucija yra sąmonės plėtimosi procesas. Medžiai turi daugiau sąmonės nei uolos, žmonės turi daugiau sąmonės nei gyvūnai, Buda turi daugiau sąmonės nei paprastas žmogus. Nirvana, Mokša, „aukščiausiojo AŠ suvokimas“, „nušvitimas“ ir t. t. Sakoma, kad jei fizinė materija yra visiškai nesąmoninga, tai, tarkime, Buda yra visiškai sąmoningas; paprastas žmogus užima tarpinį lygį, – jis nei toks, nei kitoks. Ar ateityje žmonės, kaip rūšis, galės pasiekti visišką sąmoningumą? O kaip apibūdintumėte evoliucijos tašką, kuriame jis yra dabar?“ Klausimas nušvitusiam meistrui iš tiesų labai rimtas...**

Ošo atsakymas, pamenu, mane pribloškė. Jis kalba kaip biologijos specialistas. „Su žmogaus atsiradimu spontaniškas evoliucijos etapas baigėsi. Žmogus yra nesąmoningos evoliucijos galutinis produktas. Su juo prasideda sąmoninga evoliucija, kuri reprezentuoja paties žmogaus vystymąsi. Nesąmoninga evoliucija yra nevalinga ir natūrali. Tai atsitinka savaime. Jos eigoje atsiranda sąmonė. Atsiradus sąmonei, nesąmoninga evoliucija baigiasi, nes jos tikslas pasiektas. Žmogus yra sąmoningas. Tam tikra prasme jis pakilo virš gamtos. Gamta jame nieko nebegali pakeisti; paskutinis natūralios evoliucijos produktas tapo realybe. Žmogus yra laisvas nuspręsti, vystytis toliau ar ne. Antra, kitaip nei nesąmoninga,

sąmoninga evoliucija – individuali, tai ne universalus reiškinys: ji neapima visos rūšies. Nuo šiol evoliucija tampa individualiu procesu. Sąmonė sukuria individą. Iki jos atsiradimo individas neegzistavo, egzistavo tik rūšis. Kol evoliucija nesąmoninga, procesas vyksta automatiškai; jis yra *tikras*. Egzistencija yra mechaniška, iš anksto nustatyta. Tačiau atsiradus žmogui ir sąmonei, atsiranda ir *netikrumas*. Predestinacija išnyksta. Evoliucija gali tęstis arba ne. Vystymosi potencialas egzistuoja, bet jo įgyvendinimas – kiekvieno iš mūsų asmeninis reikalas. Atsiranda pasirinkimo galimybė“. Ošo įsitikinęs, kad **pasirinkimo būtinybė sukėlė nerimo fenomeną**, nes kitos rūšys nežino, kas yra nerimas. Nei jūsų šuo, nei katinas ramiai sau miega ar laksto ir tikrai nesimato, kad nerimautų. Gyvūnai yra stebėtojai. Jie viską mato ir akimis, ir ūsais. O mes atsipalaiduojame ir visiškai pamirštame saugumą.

Iš tiesų, pasirinkimas yra negrįžtamas, mes negalime jo atšaukti, pamiršti ar atsisakyti. Tai lemia mūsų likimą. Tuomet kyla klausimas, o **ką man daryti? Net ir galimybė nesirinkti turi tokias pačias pasekmes kaip ir bet koks kitas pasirinkimas. Gali blogai baigtis ir pasirinkimas, ir nesirinkimas. Man atrodo, kad būtent šiuo metu pasaulis ima suvokti, kad pasirinkimas jau nebegelbsti. Kai, pavyzdžiui, vyksta klimato kaita, kai viską skandina vanduo, apie kokį pasirinkimą galima kalbėti? Reikia gelbėtis. O kaip? Kas jus išgelbės? O kur buvote iki tol? Kodėl nieieškojote pagalbos anksčiau. Buvo miela gyventi ant upės kranto ir grožėtis panorama. O tai virto nelaime. Ši situacija yra pasekmė to, kaip mes gyvenome tada, kai galėjome rinktis...Bet tada mūsų sąmonė miegojo.**

Evoliucija būna universali ir spontaniška, individuali ir sąmoninga, o kalbant apie žmogų, teigia Ošo, geriau būtų vartoti terminą „revoliucija“. Su žmogaus atsiradimu atsiranda revoliucijos galimybė, kai sąmoningos evoliucinės pastangos vyksta atsakingai. **Paprastai žmogus stengiasi išsisukti nuo atsakomybės už savo evoliucinį vystymąsi... Žmogus labai bijo laisvės. „Vergas neatsako už savo gyvenimą, – rašo Ošo. kiti viską nusprendžia už jį. Šiuo atžvilgiu vergo padėtis labai patogi: nėra jokios atsakomybės naštos. Vergas yra laisvas ta prasme, kad jis vengia būtinybės sąmoningai rinktis.“**

Tas sunkus klausimas, *ką man daryti?*, sukelia vidinį konfliktą ir tada žmogus suvokia, kad **pasirinkimo – rinktis ar nesirinkti – nėra**. Nesąmoninga evoliucija baigėsi. Galite kurį laiką dirbtinai panirti į nesąmoningą būseną, bet ilgai joje išlikti negalėsite. Tai prieštarauja jūsų žmogiškajai esmei. **Žmogus turi sąmonę; ir jis negali jos atmesti**. O juk iš tiesų, sąmonės evoliucija neprasideda savaime. Jūs turite ją rintis pats. Jeigu jūs jos nesirinksite (o būtent tai dauguma žmonių renka), gyvensite didžiulėje įtampoje. Taip prieš mus pasirodo pasaulis, pripildytas tiek daug žmonių, kurie nežino nei kelio, nei tikslo.

Taigi, mielieji, kol galite – rinkitės sąmoningumo kelią, kurio moko meditacija. Visi Ošo tekstai veda į TAI, į sąmoningumo suvokimą. O To neįmanoma išsiugdyti be sąmoningų pastangų. Negalime grįžti į nesąmoningą evoliucijos fazę. Durys užsitrenkė, tiltas už mūsų jau sugriuvęs. Todėl geriau paklauskite nušvitusio meistro patarimo: „**Sąmoningas**

**tobulėjimas reikalauja pastangų. Iš esmės tai vienintelis žmogaus vertas kelias“.**

Žmogaus kelias ir keliai neišvengiamai susijęs su galimybe pasiklysti, nes jame nebėra nieko iš anksto aiškaus. Tie keliai veda į miglą, o ne į šviesą. Tokia situacija sukelia vidinio diskomforto jausmą. Dažnai pasimetę žmonės renkasi blogiausią pasirinkimą – savižudybę. Ošo sako, kad toks poelgis būdingas tik žmogui dėka jo negebėjimo rinktis. Jei nesirinksite *sąmoningos evoliucijos*, jums lieka visos galimybės rinktis...blogiausią variantą. Todėl ir rašau šią knygą, nes esu dėkinga tai Rankai, kuri mane sustabdė ir nuvedė į Šviesos kelio ieškojimą.

Ošo įspėja, jei neturėsite drąsos, sąmoningumo (nuo savęs pridursiu: kurio moko meditacija), išgyvensite lėtą, visą gyvenimą trunkančią savižudišką egzistenciją, vilkdami savo dienas laukiant mirties kaip išsilaisvinimo.

**Mes ir tik mes patys esame atsakingi už savo vystymąsi. Tačiau norėdami išvengti atsakomybės, kurią mums užkrauna gyvenimas ir evoliucija, kuriame stabus ir ieškome prieglobsčio egzotiškuose (ezoteriškuose – mano pastaba) įsitikinimuose. Mes stengiamės perkelti savo atsakomybę kitam, kitiems. Bandysite išsisukti nuo atsakomybės, pasitelkdami alkoholį ir kitas sąmonę drumsčiančias priemones, šis infantilus atsakomybės vengimo metodas tik atitolins momentą, kai teks susidurti su problema akis į akį. Tad kas geriau, Dievas, Tyla, Sąmonės Šviesa ar rizika netekti galimybės rinktis Gyvenimo?**

.....

\* Šios **OŠO** mintys verstos iš knygos Ошо Раджниш „Психология эзотерики“. Skaitykite internete - psylib.org.ua. Paryškinimai – mano.

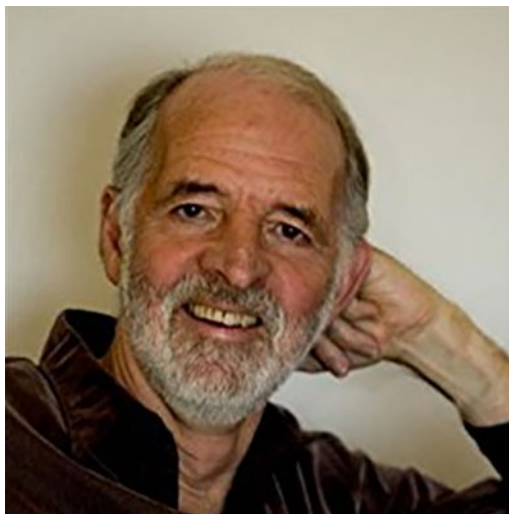
## **MEILĖS ŠVIESA IR ŠEŠĖLIAI\***

Mes visi siekiame mylėti ir būti mylimi, tačiau mūsų intymiuose santykiuose pasitaiko daug skausmo ir konfliktų. Psichologas Johnas Welwoodas\* teigia, kad, kaip budizmo mokyme egzistuoja skirtumas tarp absoliučios ir santykinės tiesos, taip reiktų išmokti atskirti absoliučią ir santykinę meilę savo gyvenime. Ir tik nuoširdus noras pamatyti ir išgydyti savo *nemeilės žaizdą* gali mus paskatinti būti dėmesingiems ne tik meditacijos metu, – daug svarbiau tai praktikuoti santykiuose. Mes gyvename stichiškai, kaip išeina...Jei sutinkame kokią patrauklią būtybę, ją įsimylime, bet paskui nežinome, ką toliau daryti. O toliau...daug variantų. Niekas mūsų nemokė, KAIP reikia mylėti.

Johnas Welwoodas savo straipsnyje „*Tobula meilė, kurios siekiame ir netobula meilė, su kuria gyvename*“\* pripažįsta, kad dauguma iš mūsų pamena momentus, kai mes mylėjomės laisvai ir atvirai, bet dažnai mums buvo sunku išlaikyti tokią meilę ten, kur ji yra svarbiausia, t.y. santykiuose su partneriais. Kodėl atsiranda skirtumas tarp tos „absoliučios meilės, idealios meilės, kurią pažįstame savo širdyse“ ir vadinamos „santykinės meilės“, kuri labai netobulai pasireiškia kasdieniame gyvenime? Jeigu

**meilė tokia graži ir galinga, tai kodėl žmonių santykiai tokie sunkūs ir reikalauja iš mūsų didelių įtampų? „Jei meilė yra laimės ir džiaugsmo šaltinis, kodėl mums taip sunku jai visiškai atsiverti? – klausia Johnas Welwoodas.**

**Manau, kad daug kas susiduria su panašia problema, tad verta ją patyrinti.**



Johnas Welwoodas

**Dabar, kai gyvenimas bemaž jau praeitas, ir visos žaizdos užgijusios, aš nei už ką nenorėčiau grįžti į jaunas dieneles ir vėl viską patirti iš naujo. Eiti į Gyvenimo kelią be žinių „kaip mylėti“, yra labai rizikinga ir painu. Nei šeima, nei mokykla, nei bažnyčia to nemokė. Bažnyčia ir dabar griežtai pasisako prie vadinamą „lytinį švietimą“. O be reikalo! Vaikai privalo žinoti, kas vyksta žmonių santykiuose.**

**Johnas Welwoodas sako, kad „beveik visų mūsų santykių problemų gelmėje aptinkame gilią „širdies žaizdą“, kuri turi įtakos ne tik mūsų asmeniniams ryšiams, bet ir viso mūsų gyvenimo kokybei. Ši žaizda pasireiškia kaip persmelkiantis nemeilės jausmas, gilus įsitikinimas, kad mes tokie, kokie esame, iš tikrųjų esame visai neverti meilės. Jaučiamės atskirti nuo meilės ir tai išjungia mūsų gebėjimą pasitikėti. Taigi, net jei ieškome meilės ar tikime ja, mums vis tiek sunku jai atsiverti ir leisti jai tekėti per save“.**

Tikra tiesa, kai „įsimylite, to žmogaus buvimas yra toks nuostabus ir džiaugsmingas grožis jūsų gyvenime, kad tiesiogine prasme pakeri jūsų širdį. Kurį laiką skaisti viską priimančios meilės saulės šviesa liejasi ant jūsų taip, kad tirpstate iš palaimos“...O kuo baigiasi? Padraugavus keletą metų poros skiriasi ...kartais taikiai, o kartais viena kuri pusė dėl išsiskyrimo kenčia pragaro kančias arba kerštauja. Tokių pavyzdžių pilna kasdienybė. Ne visi eina konsultuotis pas psichologus.

**Johnas rašo, kad absoliuti meilė nėra kažkas, ką turėtume ar galėtume suvaidinti ar imituoti. Tai natūraliai pasireiškia tada, „kai esame visiškai atviri kitam žmogui, sau, gyvenimui... Besąlyginės meilės šviesa pažadina mumyse snaudžiančių galimybių sėklas, padeda joms sunokti, žydėti ir duoti vaisių; leidžia mums atskleisti savo unikalias dovanas,**

**kurias norėtume pasiūlyti gyvenimui“.** Aš tai galvoju, kad kol sielos nesugadintos, t.y. netraumuotos, jos yra atviros meilei. **Absoliuti meilė yra meilė būties lygmenyje, – teigia Johnas. Tačiau jauni žmonės nesuvokia tokių dalykų kaip „būtis“.** Kai du žmonės susitinka vienas su kitu „*atviros Būties lygyje*“, jie puola vienas kitam į glėbį ir mažai mąsto apie tai, kas bus. O jeigu kelią pastoja baimė, tūnanti mūsų ikipatyriminėje būsenoje, kurią suformuoja mūsų artimieji, mokykla ir bažnyčia, – gali ir atšaldyti tą pirmąjį meilės jausmą. Baimės akys didelės. Jei kas nors nepaiso tų draudimų ir patiria, kaip „**tekanti per mus šviesa išlieka mumyse**, mūsų širdyse, susiformuos kitoks patyrimas. Mes natūraliai trokštame šio tobulo meilės maisto, kuris taip pat yra mūsų giliausia esmė, mūsų gyvybės kraujas“. Ne kiekvienam tokia laimė duota.

Ar ne apie tokią patirtį mums pasakoja Ošo, kalbėdamas apie meditacijos galią. Juk būtent meditacija mus moko Tokios Meilės, tokio besąlygiškumo Realybės atžvilgiu? Kai esame „paskiepyti“ baimės vakcina, TOKIOS meilės niekada nepatirsime. Sutinku su Johnu, kad absoliuti meilė padeda mums užmegzti ryšį *su tuo, kas iš tikrųjų esame*. Ir todėl tai gyvybiškai svarbu. Didelė nuodėmė užkirsti kelią tokiai Patirčiai.

**O kaipgi susiformuoja vadinama „santykinė meilė“? Su ja esame gerai pažįstami. Nors Johnas kalba apie „užkimštus kanalus“, kurie neleidžia patirti tos absoliučios meilės, mano nuomone, priežastis yra įdiegta baimė ir ego. Tą baimę turėjau ir aš. Aš jos atsikračiau sulaukusi jau brandaus amžiaus. Bet, deja, ta „absoliuti meilė“ liko nerealizuota. Aš ją radau per meditaciją.**

Teisingi psichologo žodžiai: „Kai mūsų skausmas yra paslėptas, jis supūliuoja“ ir tada „**susiduriame su santykine meile**“. Santykinę meilę iš tiesų galima lyginti su debesimis ir Saulės šviesa, kai „**dangus užtemdytas debesų, santykinė meilė yra nepilna, nepastovi ir netobula. Tai nuolatinis šviesos ir šešėlių žaismas. Absoliučios meilės spindesys visa savo pilnatve gali prasiskverbti pro šešėlius tik retomis trumpalaikėmis akimirkomis**“. Mes ne visi esame psichologai ir savęs iš šalies nematome. Nors kartais save kontroliuojame, bet kaip dažnai visus mūsų gerus siekius nužudo ego. Laimingi užauga vaikai, kurie patiria besąlygišką tėvų meilę. O jeigu jų nebuvo? Aš nepamenu nei mamos, nei tėvelio meilės. Gyvenau „stichiškai“. Gal tie, kurie patiria tėvų meilę, paskui jos ilgisi, ima galvoti, kad meilę turi duoti kažkas kitas.

Johnas Welwoodas pabrėžia, kad būtent „čia ir gimsta viena fundamentaliausių žmogaus iliuzijų – mintis, kad mūsų laimės ir gerovės šaltinis slypi kažkur išorėje ir priklauso nuo kitų žmonių pritarimo, priėmimo ir rūpesčio“. O jei ir vaikystėje nebuvo jokios meilės iš aplinkinių, vadinamų „artimųjų“, kaip tada gyventi su meilės žaizda? Baisu žinoma, kai „vaikai susiduria su sąlygine meile, meile, kuria negalima pasikliauti arba kuria yra manipuliuojama, jų širdyse susiformuoja baimės mazgas. Tai **pagrindinė meilės žala**, kuri psichoanalizėje vadinama „narcisistine žaizda“, nes žaloja mūsų, kaip individo, jausmus ir gebėjimą mylėti save. Ši trauma tokia skaudi, kad vaikai bando ją išstumti iš sąmonės. Taip gimsta nepasitenkinimas ir nepasitikėjimas kitais. Įgyjame „šarvus“ ir jų „dėka“ mes

tampame bejausmiai. Iš viso to gimsta mūsų pasipiktinimas, kuris tampa galingiausiu ginklu mūsų gynybiniame arsenale. „Būtent nežinojimas, kad esame verti meilės ir mylimi – tokie, kokie esame – neleidžia šiai žaizdai užgyti. Manome, kad tai priklauso nuo kitų žmonių“. Iš tiesų, tada pradėdame kaltinti kitus. O kas gi mus tokius gydo?

Johnas rašo, kad reikia surasti meilės šaltinį. Taip, sutinku. Tas šaltinis ne kituose, o kaip tik priešingai – mumyse, tik jis buvo aklinai uždarytas. Ne visi susigauja, kur yra tas Meilės šaltinis. Kurioje mūsų vietoje? Kas mums parodo pirštu į tai, kas padeda? Niekas. Anglų rašytojo D. H. Lawrence mintis: „Tie, kurie eina ieškoti meilės, atranda tik savo nesugebėjimą mylėti“, mane liūdina. Gaila ir skaudu, kad taip nutinka. Bet taip neturėtų būti, jei mes, suaugusieji, tai žinodami, imtume savo vaikus mokyti meilės ieškoti savo širdelėje.

Idėja, kad *kiti yra meilės šaltinis*, bet tik ne aš, mus klaidina. Mus pasmerkia „klaidžioti skausmo dykumoje“. Tik nekaltinkime savo vaikų: ko neišmokėme, to iš jų ir nesulauksime.

**Gražūs danų filosofo Søren Kierkegaardo žodžiai, kad tikroji meilė priima kitą nepaisant jo trūkumų, tarsi pakyla virš jų. Ir šaunus jo patarimas mylėti kitus kartu su jų silpnybėmis, klaidomis ir netobulumais... Nereikėtų atsiriboti nuo mylimojo dėl jo silpnybių. Tačiau pradėti privalome nuo savęs: „Pirmas žingsnis, kurį galime padaryti, kad išlaisvintume pabaisą nuo šios naštos, yra pripažinti, kad mūsų širdis yra užtvirta. O pažvelgę už šios tvoros galite rasti savyje sužeistą, nuo kitų atkirstą erdvę, kurioje įsigalėjo nemeilės jausmas. Jei sugebėsime su juo elgtis atsargiai, be spaudimo ir neigimo, atrasime didelį švelnumą, slypintį pačioje mūsų žmogiškumo šerdyje“.**

**Širdį įmanoma pagydyti tik besąlygišku atsidavus „meilės Dievui“. To ir moko meditacija.**

.....

\*Citauta su [eroskosmos.org](http://eroskosmos.org) redaktoriaus leidimu.

\*\* Daugiau apie autorių [thesophia institute.org/](http://thesophia institute.org/) ir čia: [johnwelwood.com](http://johnwelwood.com)

## MEDITACIJA – DVASIOS TIESOS IEŠKOJIMAS

Ir vėl apie meditaciją. Argi tai ne svarbiausia tema šiuolaikiniame nervingame pasaulyje, kuris smunka bala žino kur ir niekas rimtai nenusiteikęs jį gelbėti...? Kai didžiausių valstybių (ir kai kurių mažų taip pat) vadovai yra garbės ištroškę narcizai, pamišėliai ir įvairių dvasios ligų atstovai, kas lieka? Jų daug, jų rankose korporacijos, bankai ir ginklai, valdžia ir net bažnyčia su vyskupais. Dabar internete rašoma, kad JAV Prezidentą rinko daugiausia protestantai. O Rusų stačiatikių bažnyčiai (Рѣсская православная цѣрковь) vadovauja, kaip rašoma spaudoje, kažkoks buvęs banditėlis, o dabar apsirėdęs auksiniais rūbais šventina ginklus skirtus žudyti Ukrainos žmones. Tokie „dvasininkai“ vykdo nusikaltimus prieš žmogiškumą ir niekas negali jų

sustabdyti. Negali, nes juos palaiko analogai – vadinami „masėmis“. Et! Bala jų nematė! Gal kada nors ir jie nušvis...

Mes geriau pasikalbėkim apie proto nuraminimą ir *savo* sielos gelbėjimą. Kai po kurio laiko gyvenimo tyloje protas apimsta – žmogus pasikeičia: dingsta reakcingumas, o pats virsta mąstytoju, stebiniu viską, kas vyksta jame ir aplink jį. Žmogus tampa sąmoningu. Ramybės nepraktikuojantis žmogus visada bus nenusipėjamas, protarpiais „reakcingas“ ir pavojingas tiek sau, tiek kitam. Kol žmogus nemoka kontroliuoti savo „vidinio turinio“, jis gali sužaloti savo sveikatą, gyvenimą, santykius. Jis gali prarasti viską ir nepastebėti grėsmių, pavojų. Daugybę skaudžių pavyzdžių iš mūsų gyvenimo kasdien transliuoja internetas ir spauda.

Kaip ryžtis meditacijai, jei net toks meditacijos meistras kaip Ošo „gąsdino“, kad meditatorius praras „save“? Ar ego yra tas „aš“, ar turime kitą „AŠ“, kuris yra kaip dievas žmoguje? Ošo mėgo juokauti. Jei visko bijosite, nieko ir nesuprasite, nieko nepatirsite. Meditacija – jūsų pasirinkimas. Jei visko bijote, jei psichika jautri, – geriau nebandykite. Ieškokite kitų nusiramino „vaistų“, pavyzdžiui, knygų skaitymo, palaimos gamtoje.

Kai kas kelia klausimą, ar katalikas gali medituoti ir neišduoti krikščioniškojo tikėjimo? O kaip galėtų išduoti savo vidinį dievą, jei žmogus praktikuoja ego ramybę? **NĖRA** tame jokios išdavystės. Gana niekus taukšti!!! Bažnyčia sugalvojo siaubą baubą kunigams ir mums gąsdinti. Per keliolika metų meditacija ne tik neatskyrė manęs nuo tikėjimo Jėzumi Kristumi, – atvirkščiai, sustiprino tikėjimą Jo Žodžiu. Kitaip ir šios knygos nebūtų buvę. Pastebėjau, kad krikščionis visai nesidomi krikščionybe, turi tik maldaknygę ir tikrai ne visi suvokia, *kas* ten parašyta.

Ieškantys Dievo giliau analizuoja Kristaus Žodį, domisi mistikų darbais, kitomis tikėjimo formomis. TAI NE nuodėmė. Jėzus – Ramybės Mokytojas pats ieškodavo tylios vietos, kur galėtų pabūti vienas *su* savo Dievu Tėvu, – ne, PABŪTI DIEVUJE. „Ištirpti“ Jame, Šventoje Dvasioje...Apie tai liudija Jo atsimainymo istorija.

Kol vadovausimės tik mums primestomis baimėmis, niekada neišsilaisvinsime iš ego, kuris siekia bet kuria kaina išlikti ir dominuoti. Kovoti su juo beprasmiška. Lai jis sau egzistuoja, o *aš galiu laikinai nuo jo atsijungti. Užmerkti akis ir paskęsti savo tyloje.*

LABAI blogai, kad bažnyčia nemoko nei kunigų, nei tikinčiųjų, KAIP TAPTI VIENU SU DIEVU TĖVU, o dar ir gąsdina. Meditacija/kontempliacija (prie tos temos dar grįšime) turi būti privaloma dvasinė praktika visiems kunigams. Pirmiausia jiems, kad jie galėtų deramai ta patirtimi dalintis su tikinčiaisiais. Pagaliau meditacija – tai galingas celibato problemos sprendimo būdas. Patyręs Gyvąją Dievo meilę savyje – kunigas nesieks fizinės meilės per moters kūną, kartais ir vaiko išnaudojimo. Kunigas bus apsaugotas nuo pedofilijos nuodėmės. Šuolaikiniai kunigai, kaip rašoma spaudoje, slepia savo „meilės ryšius“ bažnyčios pašonėje. Ką sakė Jėzus? Dvasioje vyras tampa moterimi, o moteris vyru, vanduo tampa vynu. Tai ne mano fantazijos. Tai Jėzaus metaforų paslaptis. Praėjo 2000 metų, o bažnyčia

vis dar miega ar apsimeta mieganti? Reikia belstis į jos „duris“. Kunigus būtina mokyti Vienybės su Dievu Tėvu Jėzaus pavyzdžiu. Štai ką skelbė **evangelistas Tomas**:

**„3 Jėzus tarė: Jei vadovai jums sakys, kad štai karalystė yra danguje, tu metu dangaus paukščiai pralenks jus; jeigu sakys jums, kad jina yra mariose, tu metu žuvys pralenks jus. Tačiau karalystė yra jumyse ir šalia jūsų. Kai pažinsite save, tuomet ir jūs busite pažinti ir sužinosite, jog esate gyvojo Tėvo sūnus. O jei nepažinsite savęs, tuomet jūs esate varge ir jūs patys esate vargas.\*“**

Kam mums tas vargas, kai gyvenimą galime paversti džiaugsmu! Apie meditaciją prirašyta daug prieštaringų dalykų ir tai klaidina. Meditacijos mokymai tapo verslo rūšimi. Sunku pasirinkti gerus mokytojus neturint patirties. Daugybė „guru“ jus kviečia, pririša, kartais gąsdina... Už jų paslaugas reikia brangiai mokėti. Ne visi gali sau tai leisti. Pačiam pabandyti galima ir reikia. Ošo buvo už meditaciją be jokių guru. Pasitikėti verta tais meistrais, kurie yra apmokyti vienuolynuose, turintys ilgą meditacijos praktiką. Prie tokių priskirčiau vipassanos meditacijos meistrus.

Nuoširdus pasitikėjimas, kad Dievas, kuris jus sukūrė, kuris jums davė Dvasios Šviesą, jus globoja, yra svarbiausias orientyras gyvenime ir meditacijoje. Meditacija – ramybės ir tylos būseną pailsins kūną ir sielą. Jūsų čakros, apie kurias nieko neišmanote (mūsų organizmo liaukos, gaminančios hormonus ir fermentus, gydo be vaistų nuo moteriškų ir vyriškų ligų). Meditacija – tai tokia *dzin būseną*, kurios išmokti gali kiekvienas. Jos būtina išmokti, kad išvengtumėte „protingojo“ pasaulio pavojų, kad taptumėte sąmoningi, laisvi, fiziškai sveiki, dori, mylintys artimus ir tolimus žmones. Taip gyventi *gera*. **Taip gyventi įsakė Jėzus ir Buda.**

Nereikia jokių ašramų, jokių religijų, – mokė Ošo prieš palikdamas kūną. Savo mokiniams jis liepė palikti jo ašramą Punoje, keliauti į savo šalis, gyventi aktyviai tarp žmonių ir ten medituoti. Sakė: „Bus sunku“. Bet tik *taip* reikia gyventi. Ilgalaikis atsiskyrimas nuo žmonių pavojingas, ydingas, egoistiškas. Kai tai supratau, nebegerbiu „medituoklių“, kurie myli *tik save*.

Kaip medituoti tarp žmonių? Labai lengva. Eini gatve ir laviruoji minioje su visu sąmoningumu. Matai viską aplink ir save einantį. Eini gražiu takeliu. Eini ir kvėpuoji: keturi žingsniai įkvėpei orą, keturi žingsniai – iškvėpei ir aštuoni žingsniai – nekvėpuoji, bet eini. Pamatysite, kiek daug jėgų sutaupysite ėjimui, kaip bus lengva *skristi oru*. Pasijausite bekūnėmis būtybėmis. Medituoti galima visur. Darbo vietoje, norint pailsėti, autobuso stotelėje ar kelionėje. Išmintingi verslo vadovai sukuria puikias sąlygas darbuotojams, kad jie galėtų pailsėti ramybėje.

Tiesiog trumpam atsijunkite ir tarkite sau su šypsena: aš ne kūnas, aš ne protas. Taip mokė mane Ošo. Tokios meditacijos, nesiekiant nirvanos, visiško atsipalaidavimo, labai reikalingos tam, kad palengvintumėte gyvenimo našlą ir sumažintumėte stresą. O streso pilna kiekviena diena. Nuo tos akimirkos, kai atmerkiate akis lovoje, pradedate nerimauti: „Oi,

reikia skubėti į darbus. Oi, reikia gaminti šeimai pusryčius...oi ...oi... oi...“ O galima tą patį daryti ramiai, džiaugsmingai, lengvai. Tiesiog reikia „išjungti ego baimes“.

Visai kas kita *gili meditacija*. Jai reikia pasiruošti. Reikia įsitikinti, kad iš tikrųjų galite skirti laiką tik sau ir niekas iš artimųjų jūsų nepasiges, niekas nepaskambins telefonu. Jis turi būti išjungtas.

Aš įpratau medituoti atsigulus ant kietesnio čiužinio. Kai atsigulu – atpalaiduojau visą kūną pagal „jogo mirties“ metodą. Darykite taip: įtempkite dešinės kojos raumenis ir atpalaiduokite, pajauskite, kad „kojos nebėra“. Įtempkite kairės kojos raumenis ir atpalaiduokite, paskui atpalaiduokite rankas, sėdynę, nugarą, pilvą, krūtinę, kaklą ir pagaliau galvą. „Pereikite“ vidiniu žvilgsniu per visą kūną ir pajauskite, ar tikrai esate „negyvi“. Jei taip, ramiai žvelkite užmerktomis akimis į erdvę prieš trečiąją akį (tarp antakių) ir stebėkite savo mintis. Pasistenkite valios pastangomis jas nuraminti. Be įtampos, švelniai. Kvėpuokite pagal pranajamą. Išmokite to. Tai labai supaprastintas metodas. Bet pradžiai, pabandymui labai tinka. Primenu: kai nekvėpuojate – mąstyti negalite. Kai išmoksite stebėti mintis kaip debesėlius danguje – ramybė ateis savaime. Tada sužinosite, ką reiškia šie „užkoduoti“ žodžiai:

**„22 Jėzus išvydo žindančius kūdikius. Jis tarė savo mokiniams: Šitie žindantys kūdikiai panašūs į tuos, kurie įžengia karalystėn. Jie tarė: Vadinas, karalystėn įžengsime, tapdami kūdikiais? Jėzus tarė jiems: Kai iš dviejų padarysite vieną, ir kai vidų padarysite kaip išorę, išorę kaip vidų, ir viršų kaip apačią, ir kai vyrą, ir moterį padarysite vienu taip, kad vyras nebūtų vyras, moteris nebūtų moteris, kai padarysite akis vietoj akies, ir ranką vietoj rankos, ir koją vietoj kojos, atvaizdą vietoj atvaizdo, tuomet įžengsite į [karalystę].\*“**

.....

**Pamėginkite patys sau atsakyti, *kodėl tie žindantys kūdikiai panašūs į tuos, kurie įžengia karalystėn*? Pasufleruosiu: kūdikiai yra tyros sielos, neužteršto proto, švarios sąmonės žmogučiai, – ir mums dera tokiais tapti...Jums niekas nepadės *tokiais* tapti? Bažnyčia moko nebent dievobaimingumo, o su baimėm toli nenuvažiuosime. Nebent iki garsiosios Vasaros gatvės...Baime lengva manipuliuoti. Geriau jau jūs tikėkite Jėzaus, mistikų, šventųjų, nušvitusiųjų mokymais, – tokių žmonių yra visose religijose.**

.....

\*Tomo evangelija

## KUR SLEPIASI MEILĖ?

**Pamėginkime išsiaiškinti, kodėl kai kurie žmonės skundžiasi, kad neranda meilės, o kiti didžiuojasi, kad turi „daug meilių“. Kas per slėpinys ta meilė? Ko mus moko Bažnyčia,**

**psichologai ir politikai? Kodėl jie mus nuolat bara ir persekioja už mūsų „meilės išdaigas“? Ar patys kunigai ją pažiūrsta? Gal celibatas trukdo giliau suprasti dviejų žmonių meilės problemas?**

Įprasta, kad du žmonės staiga pajunta kažkokią mistinę trauką. Nei amžius, nei lytis čia ne vaidina esminio vaidmens. Tiesiog tą žmogų myli ir taškas. Ne visi meilės nusipelno ir ne visi meilę pritraukia. Yra žmonių, nuo kurių norisi tik bėgti kuo toliau. Taip nutinka tik kartą (kai kam dažniau) gyvenime. Tas įvykis yra lemtingas. Jeigu meilės trauką pajunta vyras kitam vyrui arba moteris moteriai? Kas čia? Anomalija? Prakeikimas? Ar mylėti tos pačios lyties asmens negalima? Kas taip sako? Kadangi tos pačios lyties asmenys negali susilaukti vaikų, tai nėra gerai... Jei visi sugalvotų mylėtis su ta pačia lytimi – žmonija nebesidaugintų. Todėl tokie santykiai yra draudžiami. Drausti galima, bet meilės draudimais neišsprąšysi. Ji užsispyrusi. Meilė yra didelė vertybė ir dažnai nuo žmogaus nepriklausoma. Meilės trauka (kaip gravitacija) – ne proto reiškiny: ką sugalvoju, tą imu sau į porą. Taip būna tik patriarchalinėse visuomenėse, kai jauna mergaitė atiduodama vyrui (dažnai senam) kaip daiktas, nepaisant jokių „meilių“. Tai trauma aukai. Šiais laikais tam tikrose kultūrose tai tebevyksta. Tačiau kalbame apie kerinčiąją meilę, kuri ateina iš *kažkur* ir nieko su tuo nepadarysi. Mes pernelyg mažai pažiūrstame pačius save, kad galėtume į tą klausimą atsakyti „objektyviai“.

**/ Čia praleista teksto dalis. Ją rasite knygoje/**

Žmogus visada siekia ir sieks Meilę realizuoti, nes be jos gyventi jis negali, o negalėdamas jos realizuoti, jis virsta žvėrimi, siaubūnu prievartautoju ir žudiku. Slopinti tą jausmą – labai pavojinga. Nusikalstama. Bažnyčia turėtų jauniems žmonėms aiškinti Meilės paslaptį ir pamokyti su Ja elgtis tinkamai ir švelniai. Tėvai turėtų vaikus pamokyti kantrybės ir doro elgesio bręstant kūnui.

**Prisiminkime Jėzus Kristus žodžius: Apie Šventąją Dvasią.**

**<sup>27</sup> Aš jums palieku ramybę,  
duodu jums savo ramybę.**

**Ne taip aš ją duodu, kaip duoda pasaulis.  
Tenebūgštauja jūsų širdys ir teneliūdi!“**

**„Tai dienai atėjus, jūs suprasite,  
kad aš esu savo Tėve,  
ir jūs manyje, ir aš jumyse.**

**<sup>21</sup> Kas pripažįsta mano įsakymus ir jų laikosi,  
tas tikrai mane myli.**

**O kas mane myli, tą mylės mano Tėvas,  
ir aš jį mylėsiu ir jam apsireikšiu.“ Jono 14.27**

Ramybėje mus aplanko Šventoji Dvasia. Pamenate, kaip Jėzus, pasislėpęs nuo mokinių, atsiduodavo savo Dievui Tėvui ir atsimainydavo, imdavo švytėti kaip Saulė. Ramybės būsenoje Jėzus medituodavo. Kaip jogas. Ne atsitiktinai budistai Kristų labai myli. Jį puikiai

suprato ir indų mistikas Ošo. Tą meilės jausmą išgyvenau ir aš tada, apie kurį pasakojau anksčiau... Tokios meilės dažnai nepatiria net du mylintys žmonės. Būtent tada suvokiau Dievo-Meilės-Dvasios-Šviesos vienybės jėgą. Meilė yra mumyse. Reikia jai atverti kelią. Bažnyčia privalo sugrąžinti žmogui Dievo Meilę. Gana gąsdinimų pragaru.

**Budistai daug laimingesni už krikščionis. Jie nuramina protą ir „nuskęsta Meilėje“ be jokių pretenzijų šiam pasauliui. Jie nekariauja su pasauliu. Nemoralizuoja. Su kitais nekonfliktuoja. Jie tiki ŽMOGAUS DVASINGUMU, tai, ką mes vadiname Dievo vardu. Kas turi teisę mums nurodinėti, kaip mylėti artimą? Kas turi teisę kištis į mūsų sakraliausią būties erdvę? Deja, krikščionių pasaulyje vyrauja viduramžiškos nuostatos. Pabaigsiu šį nelengvą ir atvirą pasakojimą apie meilę prof. Povilo Aleksandravičiaus žodžiais. Jis labai tiksliai įvardijo mūsų problemas su bažnyčia:**

*„...Bažnyčia seksualinei moralei ilgai taikė represyvumo logiką, iš esmės oficialiai ją tebetaiko iki šiol (neoficialiai šiandien būna visko). Represyvumo logika – tai elementarus ir griežtas seksualumo neigimas, bet kokią jo išraišką anapus santuokinio kūdikio pradėjimo akto laikant mirtina nuodėme. Mirtina nuodėmė reiškia, kad žmogus, neatlikęs atgailos akto išpažinties metu, yra smerkiamas į pragarą. Taip, pavyzdžiui, paauglys, pajutęs savyje visa išjudinančias gyvasties energijas ir negalėdamas susilaikyti nuo tam tikrų individualių aktų, žino, kad už tai Aukščiausiasis jį siunčia į amžinas pragaro kančias, kurias Bažnyčia taip pat mielai detalizuodavo.*

*Kokį Dievo įvaizdį žmonių vaizduotėje kūrė tokios nuostatos? Dievas tapo tironu, dėl neaiškių (būtent!) priežasčių į pragarą siunčiantis už bet kokią seksualumo išraišką. Nesvarbu, kad moralinės teologijos vadovėliuose buvo formuluojami kazuistiniai niuansai: pastoracijoje ir kunigų pamoksluose niuansų nebuvo. Susiformavo Dievo kaip liguistos, piktos, baudžiančios ir dargi visagalės būtybės, tikrai ne mylinčios, įvaizdis. Šis įvaizdis dar ir šiandien vyrauja visuomenės mąstyme. Užtenka eilinio piliečio paklausti, ką jis mano apie Dievą ir Bažnyčią, beveik garantuotai gausime šį įvaizdį (esu tai patyręs daugybę kartų).*

***Toks Dievo įsivaizdavimas lėmė beveik nuolatinį eschatologinės baimės ir kaltės jausmą tarp tikinčiųjų. Su juo tvarkytis daugeliui teko individualiai ir skausmingai, dažniausiai darant kenksmingas asmenybei klaidas ir neretai tampant ciniškais, meilės jausti nesugebančiais žmonėmis. Koks Dievas, toks ir jo žmogus. Psichologai be vargo paaiškintų šią liūdną ir destruktivią raidą“.\****

.....